

Martin Sieberer

mit Traudi Sigwart, Hannes Hell, Thomas Grander und Hannes Ebster

Saftig zarte Fleischgerichte

Die feine regionale Küche modern interpretiert
Kochen und genießen mit Bier



TYROLIA

Saftig zarte Fleischgerichte



Buchreihe
„Kochen und genießen mit Bier“

Martin Sieberer
mit Traudi Sigwart, Hannes Hell,
Thomas Grander und Hannes Ebster

Saftig zarte Fleischgerichte

Die feine regionale Küche modern interpretiert

Mit Fotos von Christa Engstler

Tyrolia-Verlag · Innsbruck-Wien

Inhalt

Tirol schmeckt besser	8
Fleischeslust in der höchsten Vollendung	10
Bier und die gute Küche	12
Fleisch in aller Munde	14
Wie Gutes noch besser wird	15
Rund um den Grill	16
Martin Sieberer – „Einfach Lamm muss es sein“	18
Gebratene Lammhax'n	20
Tiroler „Irish Stew“	22
Salzim vom Tiroler Bergschaf	24
Essenzen vom Paznauner Schaf	26
Paznauner Schaf am Spieß gebraten	28
Gebackenes Milchlamm mit Kapuzinerkresse	30
Lammnierenbraten	32
Gröstl von Lammfilets mit Eierschwammerln	34
Brat'l vom gerollten Knödel mit geschmorter Lammschulter	36
Traudi Sigwart – „Schwein gehabt“	38
Carpaccio vom getrüffeltem Schweinskopf und Trüffelvinaigrette	40
Gebeizter Spanferkelrücken auf Kräutersalat mit Mariasteiner Grana und Williamsbirne	42
Gerstlsuppe mit Speck	44
Gepökelte Schweinswangerl auf Sauerkraut mit Erdäpfelblattln	46
Saftige Fleischpflanzerl auf Erdäpfelpuffer mit gebratenen Eierschwammerln	48
Schweinsmedaillon mit Kräutersabayone und jungen Bohnen	50
Spanferkel im Ganzen mit Malzbier und Honig gebraten	54
Apfelblutwursttörtchen auf Natursauerkraut und Belugalinsen	56

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

2010

© Verlagsanstalt Tyrolia, Innsbruck

© der abgebildeten Fotos: Zillertal Bier GmbH

Druck und Bindung: L.E.G.O., Vicenza (I)

Satz und Gestaltung: Zimmermann Pupp Werbeagentur, Innsbruck

ISBN: 978-3-7022-3092-0

E-Mail: buchverlag@tyrolia.at

Internet: www.tyrolia-verlag.at

Szegediner Gulasch im Paprika serviert	59
Piccata vom Jungschwein mit Zwiebelconfit	62
Geröstete Schweinsleber mit Balsamico-Sauce und Röstzwiebeln	64
Junger Hecht im Speckmantel mit Bierfischsauce und Bierweißkraut	66

Thomas Grander –

„Von gebratenen Hühnern und anderem Federvieh“	68
Roh marinierte Gänseleber in der Nusskruste mit Zwergorangencoulis	70
Rotes Kokoscurry mit Pute und Wokgemüse	72
Paprika-Rollgerstelkraut mit geräucherter Gänsebrust	74
Gebackenes Stubenküken mit Erdäpfel-Vogerlsalat und Kernöl	76
Ganslsuppe mit Gansklein	78
Bauernente im Ganzen mit Blaukraut und Kastanienkrapfen und kalt gerührter Preiselbeermarmelade	80
Kaninchenravioli mit gebratenen Steinpilzen	82
Perlhuhnbrüstchen im Speckmantel auf cremigem Rosmarinpolenta und Lauch-Champignonmelange	84
Radicchiorisotto mit karamellisierten Zwetschken, gebratenem Kaninchenrücken und weißem Speckschaum	86
Geschmorte Kaninchenkeule	90

Hannes Hell – „Kalbfleisch im Wandel der Zeit“	92
Kraftsuppe vom Milchkalbstafelspitz mit Lauchnockerln	94
Confierte Milchkalbsleber auf glacierten Kirschen	96
Lasagne von Kalbswangen, Bohnen und Schmortomaten	98
Milchkalbstafelspitz unter der Senfkruste auf Broccoli-Senfgemüse ...	100
Rosa gebratener Kalbsrücken und roh marinierter Thunfisch mit Thunfischsauce	102

Offene Sellerieraviolis mit sautiertem Kalbsbries	104
Kalbfleischpflanzerl auf Erdäpfel-Gurkensalat	108
Wiener Schnitzel vom Milchkalb mit gebratenen Erdäpfel	110
Gefüllte Milchkalbsbrust mit gebratenem Gmüas	112
Milchkalbshaxe im Römertopf	114

Hannes Ebster –

„Bestes Rindfleisch aus ökologischer Landwirtschaft“	116
Tatar vom Rind mit Karfiol-Senfcreme	118
Carpaccio vom Rinderfilet mit Zillertaler Frischkäse, Tomaten und Basilikum	120
Zillertaler Hochzeitssuppe	122
Gekochter Tafelspitz mit Wirsinggemüse	124
Softgulasch mit Würstel, Essiggurkerl und Wachtelspiegelei	126
Zillertaler Bierfleisch	128
Zwiebelbraten vom Naturrind mit Erdäpfel-Rahmpaunzen und glacierten Schalotten	130
Klassische Rindsroulade	132
Beiriedschnitte mit Gemüse-Pilzgröstl	134
Geschmortes Schulterscherz mit Preiselbeeren	136

Nützliche Grundrezepte

Zum Verständnis: Tirolerisches, Fachausdrücke und Abkürzungen ...	162
Zillertal Bier – Der kleine, feine Unterschied	164
Zu welcher Speise passt welches Bier?	166
Register	171
Ein herzliches Dankeschön von Martin Sieberer	174
Zu den Autoren	175

Tirol schmeckt besser

Anton Steixner



Das vorliegende Kochbuch verführt uns zum Genießen. Spitzenköche aus ganz Tirol führen mit erlesenen Rezepten in die Kunst des edlen Zubereitens ein. Und die beste Grundlage für diese Kochkunst bieten die heimischen Qualitätsprodukte.

Gerade mit seinen Spitzenprodukten aus dem Fleischbereich liefert Tirol den besten Beweis, wie man sich ein eigenes Genussprofil erarbeiten kann. Dazu passt natürlich ein Glas gutes Bier, und das in dem Bewusstsein, dass es mit der hohen Qualität des Tiroler Wassers gebraut wird. Aber auch das einheimische Gemüse, das Obst, die Milch und der Käse sind einzigartige Zutaten, die den präsentierten edlen Gerichten noch die so typische und unverwechselbare Tirol-Haube aufsetzen. Viele dieser Tiroler Schmankerln findet man Woche für Woche frisch auf den Bauernmärkten und in den Bauernläden

des ganzen Landes sowie in regionsbewussten Supermärkten des Lebensmittelhandels. Für die hohe Qualität dieser Produkte stehen unsere Bäuerinnen und Bauern sowie eine achtsam und naturnah betriebene Landwirtschaft. Mit ihrem Einsatz leisten die Bäuerinnen und Bauern einen unschätzbaren Beitrag zur Erhaltung unserer Landschaft und sind somit der Grundpfeiler eines erfolgreichen Tourismus. Bekennen wir uns zu regionalen Qualitätsprodukten, so ernähren wir uns gesünder, schonen allein schon durch die kurzen Transportwege die Umwelt, sichern heimische Arbeitsplätze und kurbeln damit den regionalen Wirtschaftskreislauf an. Tirol ist ein Land mit einer besonders hohen Lebensqualität, das man zu jeder Jahreszeit und an jedem Tag auf vielfältige Art und Weise genießen kann. Nehmen wir uns dafür die Zeit, um unserem Körper und unserer Seele etwas Gutes zu tun!



Anton Steixner
Stellvertretender Landeshauptmann von Tirol

In der Tiroler Landesregierung ist Anton Steixner zuständig für:
Land- und Forstwirtschaft | Öffentlicher Personennahverkehr | Sicherheit | Zivil- und
Katastrophenschutz | Feuerwehrwesen | Infrastruktur | Straßen- und Hochbau | Energie.

Fleischeslust in der höchsten Vollendung

Angelika Kirchmaier



Es ist mir eine besondere Ehre, ein Vorwort für ein Kochbuch zu verfassen, das unter der Leitung von Martin Sieberer entstanden ist, einem der besten Haubenköche unserer Zeit. Martin Sieberer und seinem Team ist es mit den vorliegenden Rezepten wieder einmal gelungen, eine für den Gaumen harmonische Vereinigung von edlem Fleisch und in Tirol produzierten Bierspezialitäten der Marke „Zillertal Bier“ zu kreieren.

Das Fleisch als Rohstoff in unserer Küche ist der Haupt-Eiweißlieferant für den menschlichen Organismus und stellt einen enorm wichtigen Beitrag zur ausgewogenen Ernährung dar – egal ob Rind, Kalb, Schwein, Lamm, Geflügel oder Wild aus unseren heimischen Wäldern. Wir in Tirol verfügen über die größten Schätze der heutigen Zeit: eine weitgehend intakte Naturlandschaft mit bewirtschafteten Almen, auf

denen ein besonders hochwertiges Futter für die Tiere wächst, ein raues Klima, das die Tiere stärkt, und reines Quellwasser. Also die besten Voraussetzungen, um Fleisch von besonders hohem gesundheitlichem Wert erzeugen zu können. Es spricht also nichts gegen ein gutes Stück Fleisch von einem Tier, das entsprechend gesund aufwachsen durfte. Im Gegenteil, dieses Fleisch liefert, optimal dosiert, einen wertvollen Beitrag für Ihre Gesundheit.

Und welche Rolle spielt das Bier dabei? Tirol verfügt über eine über Hunderte von Jahren andauernde Biertradition. Viele Höfe brauten früher ihr eigenes Bier. Vielleicht ist damit erklärbar, dass die Vorliebe für das goldgelbe bis dunkelbraune Getränk mit der typischen Schaumkrone nach wie vor ungebrochen ist. Ein gutes Glas Bier in einer netten Gesellschaft zählt für so manchen zum Inbegriff eines angenehmen Abends und hat dort auch durchaus seine Berechtigung. So wünsche ich Ihnen ein gutes Gelingen beim Nachkochen der Rezepte und einen unvergesslichen Genuss beim Verspeisen der Gaumenkitzler von Martin Sieberer und seinem Team.



Mag. Angelika Kirchmaier
Gesundheitswissenschaftlerin, Diätologin

Bier und die gute Küche

sind untrennbar miteinander verbunden

Fleisch und Bier – die ideale Kombination schlechthin!

Schon seit der Zeit der Römer ist Bier ein wesentlicher Bestandteil der Ernährung und galt früher als *das Getränk* – nicht nur zum Essen. Bier kann ein geschmackvoller Bestandteil eines guten Gerichtes sein und ihm eine feinmalzige, zart süße oder dezent hopfige Note verleihen.

Schon vor vielen Jahrzehnten haben Köche den Geschmack und die Eigenheiten des Bieres in der Küche zu schätzen gewusst. Bier bietet vielerlei Anwendungsmöglichkeiten; besonders eignet es sich für die Zubereitung von Saucen.

Martin Sieberer, Traudi Sigwart, Hannes Hell, Thomas Grander, Hannes Ebster und Zillertal Bier haben es sich zur Aufgabe gemacht, die Bierküche neu und zeitgemäß zu interpretieren. Dabei ist unter dem Titel: „Kochen und genießen mit Bier“ eine Genussoffensive entstanden. Diese beinhaltet sowohl das Kochen als auch den Genuss verschiedenster Speisen mit den dazu passenden Bierspezialitäten.

Warum zum g’schmackigen Gericht nicht ein köstliches Glas Bier?

Ein zart süßes Schwarzbier zur marinierten Gänseleber, ein frisches Pils zum gut gewürzten Tartar oder zum gebratenen Kalbsrücken. Immer häufiger greifen Gourmets zum Bier anstatt zum vermeintlich obligatorischen Glas Wein. Das besonders feine und perfekt abgerundete Bouquet der Zillertal Bierspezialitäten macht diese zu perfekten Begleitern einer guten Küche.



Fleisch in aller Munde

Die neue Fleischeslust

Der Genuss von Fleisch ist umstritten und wie bei keinem anderen Nahrungsmittel gehen die Meinungen weit auseinander. Aus dem früher eher exklusiven Lebensmittel, das nur an Sonntagen und besonderen Festtagen serviert wurde, ist mittlerweile ein Genussmittel für den Alltag geworden, womit sich der Verbrauch pro Kopf in den letzten 50 Jahren beinahe verdoppelt hat.

Schweinefleisch ist des Österreichers Liebling und wird, obwohl es gemeinhin als fett und ungesund gilt, auch gern mehrmals pro Woche verzehrt. Im Gegensatz dazu gilt Geflügel als gesund und fettarm, und auch hier ist der Konsum mittlerweile deutlich gestiegen. Rindfleisch bleibt nach wie vor das Fleisch für die besonderen Anlässe. Fazit ist jedoch, dass Fleisch von unserem Speiseplan nicht wegzudenken ist. Zu einer ausgewogenen Ernährung gehören hochwertige Fleischprodukte von bester Qualität in angepasster Menge und in den verschiedensten Zubereitungsarten auf jeden Fall auf unseren Speiseplan, zumal Fleisch ein wichtiger Lieferant von Eiweiß, Vitaminen und Mineralstoffen ist.

Ein wichtiges Kriterium bei der Fleischverarbeitung ist aber nicht nur die beste Qualität des Produktes, sondern auch die richtige Lagerung. Dafür gibt es eine Faustregel, die besagt, dass Schweinefleisch, Lamm, Wild und Kalbfleisch eine Woche lang abhängen sollen, bevor man sie verarbeitet, bei Rindfleisch sind es drei Wochen. Diese Zeit ist enorm wichtig, da erst bei diesem Abhängen die Milchsäurebakterien im Fleisch zu arbeiten beginnen und diese das Fleisch zart und mürbe machen. Auch wenn man Fleischteile, Medaillons oder Schnitzel, tiefkühlt, sollte man diese Lagerzeiten (Reifezeiten) unbedingt einhalten, weil man dadurch die Qualität des Produktes noch sehr steigert.

Wie Gutes noch besser wird

Bei der Verarbeitung von verschiedenen Fleischprodukten und den jeweiligen Fleischteilen ist es sehr wichtig, auf die richtige Zubereitungsart zu setzen. Ein Wadsschinken wird gedünstet, den Tafelspitz sollte man sieden, eine Rindsschulter schmeckt am besten geschmort, der Spanferkelschlegel wird im Backrohr bei Umluft schön knusprig gebraten und die Edelteile – Rücken, Filet – werden bei möglichst niedriger Temperatur langsam gegart. Ein ganz wichtiges, wenn auch kleines Detail bei der Verarbeitung von Fleisch ist das Klopfen und Plattieren von Schnitzeln, Medaillons und Steaks. Durch das Klopfen wird das Gewebe des Fleisches zerrissen und dadurch wird es zarter. Deshalb sollte man sich ruhig trauen, ein Schnitzel oder auch ein Steak richtig zu klopfen.

Eine große geschmackliche Aufwertung der Fleischgerichte erfolgt durch das Marinieren des Fleisches. Ein Lamm, das mit Knoblauch, Kräutern und Öl am Tag vorher einmariert wird, ein Rehrücken, der mit gehackten Wacholderbeeren, Basilikum, Thymian und Öl mariniert wird, oder ein Spanferkelbraten, der mit Senf, Knoblauch, Kümmel und Majoran ein paar Stunden vor dem Braten eingerieben wird, entfaltet ein unvergleichliches Geschmacksaroma.

Portionen:

Wenn nicht anders angegeben, sind die Zutaten der Rezepte für 6 Personen berechnet.

Die Reihenfolge der Zutaten entspricht dem jeweiligen Arbeitsablauf.

Rund um den Grill

Schon unsere Ahnen in grauer Vorzeit praktizierten das Grillen in seiner einfachsten Form: ein Feuer entfachen, ein Stück rohes Fleisch auf einen Rost legen und diesen über die Glut halten. Früher sicherte diese Art zu kochen oft das nackte Überleben, heutzutage ist es ein beliebtes Freizeitvergnügen im Sommer.

Genaugenommen kann man diese Tätigkeit auf zwei einfache Sätze reduzieren: Unter *Grillen* versteht man das Garen von Speisen für kurze Zeit bei hohen Temperaturen (160–300 °C). Beim *Barbecue* hingegen wird das Grillgut je nach Größe und Art bei niedriger Temperatur über lange Zeit gegart.

Der Grill sollte idealerweise einen Windfang haben, damit der Wind keinen Strich durch die Rechnung macht. Für eine schöne Glut eignet sich am besten Grillkohle. Das Grillgut erst auf den Rost legen, wenn die Kohle vollständig durchgeglüht ist, und Fleisch und Gemüse auch immer vom Rost nehmen, wenn Kohle nachgelegt wird.

Grundsätzlich verwendet man beim Grillen fettreicheres Fleisch (Schweinefleisch, Spanferkel ...), da dieses schön saftig bleibt. Gepökelttes Fleisch und geräucherte Lebensmittel eignen sich nicht so gut, da sie bei hohen Temperaturen dazu neigen, trocken zu werden. Jedes Grillfleisch sollte gut geklopft werden.

Für die Marinaden sollten nur hochwertige und hoch erhitzbare Öle verwendet werden, vorzugsweise Olivenöl oder Erdnussöl, und dazu frischer Thymian, Rosmarin und Basilikum sowie etwas zerdrückter Knoblauch. Das Grillfleisch mit diesen Marinaden gut einreiben, aber erst vor dem Grillen mit Salz und Pfeffer würzen.

Auch beim Grillen das Fleisch rasten lassen und die Bratstücke gut abtropfen lassen, bevor man sie auf den Rost gibt, oder auf Alu-Grillschalen legen. Denn wenn Fett und Fleischsaft auf die glühenden Kohlen oder in die Glut tropfen, verbrennen sie und bilden Bitterstoffe, die im Rauch aufsteigen und sich so auf der Oberfläche der Lebensmittel niederschlagen.

Durch die große Hitze am Rost schließen sich die Poren gleich beim Auflegen und das Fleisch bleibt saftig. Große Bratstücke nicht zu heiß grillen, kleine Stücke dafür kurz und heiß. Dem Grillgut kann man eine besondere Geschmacksnote verleihen, wenn man es während des Grillens mehrmals mit Zillertal Schwarzbier übergießt (man sollte dann aber darauf achten, dass das Fleisch auf jeden Fall in einer Alu-Tropftrasse liegt).

Gemüse wie Paprika, Zucchini und Maiskolben eignen sich sehr gut zum Grillen und ergeben eine gesunde und schmackhafte Beilage. Als Sättigungsbeilage serviert man am besten Folienkartoffel, welche man schon beim Anzünden des Grills auf den Rost legen kann – sie brauchen länger, je nach Größe bis zu 1 1/2 Stunden. Und was natürlich auch nicht fehlen darf, sind verschiedene Salate und Grillsaucen (siehe Cocktailsauce und Currysauce auf S. 154).

Martin Sieberer

„Einfach Lamm muss es sein“



Das Tiroler oder Paznauner Lamm ist eines meiner Lieblingsgerichte, weil es drei wichtige Komponenten erfüllt, die ich Tag für Tag lebe. Das ist zum einen die Tradition – die Schafzucht und somit das Schafbrat'l auf dem Speiseplan reicht in der Tiroler Esskultur bereits Jahrhunderte zurück und war früher von noch größerer Bedeutung, als es heute ist. Zum anderen ist es die heimische Produktvielfalt – das Schaf ist eines der wenigen Produkte, die wir in unserer Region in Spitzenqualität direkt beziehen können. Und zu guter Letzt ist es die Liebe zum Detail – es gibt ja nicht nur Rücken und Schlögel, und so sind der Kreativität von Leber bis Hals keine Grenzen gesetzt.

Das von mir verwendete Lammfleisch stammt von drei bis vier Monate alten Milchlämmern, die noch nicht auf der Weide waren, oder von maximal bis zu einem Jahr alten Mastlämmern, die mehrere Monate auf saftigen Weiden gegrast haben.

Das Fleisch der Milchlämmer ist hell und zart und im Geschmack sehr fein, während das Mastlammfleisch kräftiger in der Farbe und im Geschmack besonders würzig ist. Lammfleisch ist und bleibt eine Delikatesse. Dazu entspricht es dem Modetrend nach kalorienarmer und gesunder Kost, zumal es ernährungsphysiologisch ein besonders günstiges Nährstoffverhältnis aufweist: Es ist fettarm, eiweißreich, vitamin- und mineralstoffreich und wird auch in verschiedenen Heilbehandlungen immer wieder empfohlen.

Das Tiroler Bergschaf ist weit verbreitet. Als Schafrasse kommt es in Österreich zu fast 90 Prozent vor. Das Bergschaf ist eine alte Landschaftsrasse, die jedoch im Ursprungsgebiet beinahe in Vergessenheit geriet. Mittlerweile aber wurde auch die Nützlichkeit des Bergschafs als Landschaftspfleger entdeckt, und wo die überwiegend steilen und abgelegenen Hangwiesen nicht mehr bewirtschaftet werden, ist das Bergschaf der ideale Erhalter dieser Landschaften.

Martin Sieberer

Paznaunerstube, Hotel Trofana Royal

Gebratene Lammhax'n

Zutaten Zubereitung

1 kg vordere und hintere Lammstelze
Rosmarin, Thymian, Koriander
und Knoblauch, gehackt, etwas Öl
Salz, Pfeffer
20 kl. neue Erdäpfel
6 Jungzwiebeln, 4 Karotten
1 l Rindsuppe

Die Stelzen mit den gehackten Kräutern, Knoblauch und etwas Öl gut einreiben und über Nacht mit einer Folie zugedeckt im Kühlschrank marinieren lassen. Das Fleisch würzen und in einer heißen Pfanne mit etwas Öl scharf anbraten, danach das Fleisch in eine Kasserolle geben und bei 140 °C für ca. 40 Minuten in den Backofen schieben. Wenn es größere Fleischteile sind, die Zeit verlängern.

Die Erdäpfel gut waschen und in kleine Stücke schneiden. Die Jungzwiebeln putzen und ebenfalls in kleine Stücke schneiden. Die Karotten schälen und in Scheiben schneiden. Das Gemüse nach 40-minütiger Garzeit zum Lamm in die Kasserolle geben, mit etwas Rindsuppe übergießen und die Temperatur auf 150 °C erhöhen. Das Ganze für weitere 30 Minuten in den Backofen schieben. Dann erst mal die Probe machen, ob das Fleisch bereits weich ist. Ansonsten die Garzeit um jeweils weitere 10 Minuten verlängern.

Am schönsten serviert man dieses Gericht, wenn man die Lammhax'n in der Kasserolle auf den Tisch stellt.



Dazu empfehlen wir ein
Zillertal Schwarzes - Premium Classe
Tiefdunkel, leicht malzaromatisch,
feinhopfig, mit zarter Süße



Tiroler „Irish Stew“

Zutaten *Zubereitung*

250 g Lammschopf oder Stelzen
Thymian, Rosmarin, Bohnenkraut
1 Knoblauchzehe
1 kl. Zwiebel
2 EL Olivenöl zum Anbraten
1 Prise Zucker
0,33 l Zillertal Schwarzbier
500 g brauner Lammjus
(siehe Grundrezepte Seite 158)
Salz, Pfeffer
50 g Karotten
50 g Sellerie
50 g Erdäpfel
etwas Knoblauch
ca. 20 g Maizena
50 g Kohlsprossenblätter

Das Lammfleisch von Fett und Sehnen befreien und in 2 x 2 cm große Würfel schneiden, mit den Kräutern, Knoblauch und Zwiebel marinieren und 1-2 Stunden bei Raumtemperatur stehen lassen. Das Fleisch in Olivenöl leicht anrösten und mit einer Prise Zucker karamellisieren, mit einem großen Schuss Zillertal Schwarzbier ablöschen und mit dem Lammjus aufgießen. Das Ganze kurz aufkochen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen und anschließend auf kleiner Flamme köcheln lassen. Nach ca. 30 Minuten Kochzeit, je nach Fleischqualität etwas länger, das würfelig geschnittene Gemüse und die Erdäpfel dazugeben und weitere 30 Minuten mitkochen, bis alles weich ist.

Das Ragout mit Knoblauch abschmecken, Maizena mit etwas Zillertal Schwarzbier anrühren und das Ragout damit abbinden. Zum Schluss die Kohlsprossenblätter und etwas gezupften Thymian dazugeben. Das Ganze noch einmal kurz durchkochen und fertig ist eines der besten Lammgerichte. Das Ragout in kleinen Tassen, Gläsern oder Eierbechern anrichten und servieren.



Dazu empfehlen wir ein
Zillertal Dunkel - Edel gereift
Kastanienfarben, voller,
leicht karamellisierender Geschmack



Saltim vom Tiroler Bergschaf

Zutaten *Zubereitung*

750 g Lammkotelette

Salz, Pfeffer

1 Handvoll Salbeiblätter

75 g Schinkenspeck = Rohschinken

Butterschmalz zum Braten

250 g Weizen geschält

ca. 1/2 l Gemüsefond

1 Schalotte

1 Knoblauchzehe

2 EL Olivenöl

Meersalz, Pfeffer, Basilikum

1/8 l Obers

50 g Parmesan

Kleine Koteletts schneiden, danach die Koteletts leicht plattieren und mit Salz und Pfeffer würzen.

Mit Salbeiblättern und dem Rohschinken belegen, leicht andrücken und danach in Butterschmalz, zuerst auf der Speckseite, braten. Die Koteletts kurz rasten lassen, mit dem Weizen anrichten und mit etwas Natursaft übergießen.

Den Weizen waschen und im Gemüsefond ca. 30 Minuten kochen, anschließend den Weizen beiseite stellen und aufquellen lassen. Die Schalotte und den Knoblauch fein hacken und in etwas Olivenöl anglacieren. Mit etwas Gemüsefond aufgießen und mit Meersalz, Pfeffer und gehacktem Basilikum würzen. Den aufgequollenen Weizen dazugeben und mit Obers und Parmesan vollenden.

Tipp

Das Fleisch ist nicht nur am besten und zartesten von ganz jungen Tieren, sondern das Fett dieser Tiere ist zudem auch noch bekömmlicher.



Dazu empfehlen wir ein
Zillertal Schwarzes - Premium Classe
Tiefdunkel, leicht malzaromatisch,
feinhopfig, mit zarter Süße



Essenzen vom Paznauner Schafl

Zutaten *Zubereitung*

Für die klare Essenz

Lammknochen und -parüren
Wurzelgemüse, Knoblauch, Rosmarin, Thymian,
Salz, Pfefferkörner,
Lorbeerblatt, Wacholder, Maggikraut, 4 Eiklar,
ca. 500 g mageres Lammfaschiertes

Für die gebundene Essenz

Lammparüren
1 Schalotte, Knoblauch
Olivenöl zum Anbraten
Zillertal Schwarzbier zum Ablöschen
Thymian, Rosmarin
Salz, Pfeffer
1/2 l Lammfond
(siehe Grundrezepte Seite 159)
1/8 l Obers
Stärke zum Abbinden

Für die klare Essenz die Lammknochen und -parüren in kaltem Wasser zustellen und ca. 3 Stunden lang leicht köcheln lassen. Danach das Gemüse und die Gewürze begeben und noch 1 Stunde ziehen lassen. Anschließend die Suppe abpassieren und kalt stellen. Das Fett, das sich auf der kalten Suppe sammelt, komplett abschöpfen.

Das Eiklar mit dem faschierten Lammfleisch vermengen und mit etwas Rosmarin und Thymian die Lammsuppe damit zustellen. Darauf achten, dass sich das Eiklar nicht am Boden absetzt und anbrennt. Nach 30 Minuten Siedezeit die Suppe durch ein Tuch abpassieren.

Für die gebundene Essenz die Parüren fein schneiden und mit Schalotte und Knoblauch in Olivenöl anrösten. Mit Zillertal Schwarzbier ablöschen, die Kräuter dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Lammfond und Obers aufgießen. Die Suppe ca. 20 Minuten leicht köcheln lassen, anschließend pürieren und abpassieren. Die Flüssigkeit abschrecken und mit etwas Stärke abbinden.

Dazu empfehlen wir ein
Zillertal Weißbier- Dunkel mit feiner Hefe
Kastanienfarben, voll und fruchtig,
naturtrüb mit feinem Röstmalzaroma



Paznauner Schafel am Spieß gebraten

Zutaten *Zubereitung*

1 kg Lammrücken,
sauber zugeputzt
2 EL Kräuteröl (Pflanzenöl mit
Thymian, Rosmarin,
Knoblauch, Basilikum)
Salz, Pfeffer
Öl zum Braten
6 große Rosmarinzwige
Butter zum Anbraten
600 g feine grüne Bohnen
1 rote Paprikaschote,
in Streifen geschnitten
200 g Lammjus
(siehe Grundrezepte Seite 158)

Den sauber parierten Lammrücken mit dem Kräuteröl marinieren und am besten über Nacht im Kühlschrank gut abgedeckt lagern. Den Rücken in kleine Medaillons schneiden, leicht klopfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Medaillons in einer heißen Pfanne in etwas Öl auf beiden Seiten kurz anbraten, danach langsam fertig braten und rasten lassen. Die Medaillons auf Rosmarinzwige stecken (wahlweise abwechselnd mit Paprika, Zucchini oder Gnocchi) und nochmals kurz in Butter anbraten.

Die weich gekochten Bohnen zusammen mit dem Paprika kurz anbraten, anschließend den Spieß und das Gemüse auf Lammjus anrichten und servieren.



Dazu empfehlen wir ein
Zillertal Schwarzes - Premium Classe
Tiefdunkel, leicht malzaromatisch,
feinhopfig, mit zarter Süße



Gebackenes Milchlamm mit Kapuzinerkresse

Zutaten *Zubereitung*

1 kg Lammfleisch
(Schulter oder Schlögelteil)
3 EL Kräuteröl
(Pflanzenöl mit Thymian,
Rosmarin, Knoblauch, Basilikum)
Salz, Pfeffer, Mehl, Ei
und Semmelbrösel für die Panier
500 g Butterschmalz zum Frittieren

Das Fleisch sauber von Fett und Sehnen befreien und mit dem Kräuteröl über Nacht marinieren. In kleine Stücke teilen und mit Salz und Pfeffer würzen, danach in Mehl, Ei und Semmelbrösel panieren und in heißem Butterschmalz goldgelb backen.

Am besten passt dazu ein Erdäpfelsalat mit Kapuzinerkresse. Die Kapuzinerkresse gibt nicht nur einen tollen, leicht pikanten Geschmack, durch ihren hohen Vitamin- und Mineralstoffgehalt erfüllt sie auch alle Voraussetzungen einer ausgewogenen Ernährung.

Tip

Am besten eignet sich für dieses Gericht ein ganz junges Lamm, das noch kein Grünfutter bekommen hat. Es zeichnet sich durch sein belles und zartes Fleisch besonders aus.



Dazu empfehlen wir ein
Zillertal Pils - Premium Classe
Hellgolden, schlank, angenehm
spritzig, edel gehopft



Lammnierenbraten

Zutaten *Zubereitung*

1 Lammschlögel
(ca. 1,5–1,7 kg, ausgelöst)

2 Stk. Lammnieren

Pflanzenöl zum Marinieren

Thymian, Rosmarin, Knoblauch

Salz, Pfeffer

Bindfaden zum Binden

Olivenöl zum Anbraten

Den Lammschlögel auslösen und sauber zuputzen, mit dem Öl, den Kräutern und den Gewürzen marinieren. Bei den Nieren das Fett sauber ausschneiden, danach die Nieren mit dem zugeputzten Schlögel umwickeln und binden.

Das Fleisch in einer Pfanne kurz scharf auf allen Seiten anbraten. Anschließend bei 80 °C Heißluft für ca. 1 Stunde in den Backofen schieben. Der Braten soll eine Kerntemperatur von 57 °C haben.

Am besten dann den Braten vor dem Servieren noch einmal kurz auf den Grill geben oder in der Pfanne scharf anbraten und etwas nachwürzen.

Das tollste Erlebnis ist, wenn der Nierenbraten am Tisch tranchiert wird.

Tipp

Bei Lamminnereien, die nicht allzu oft auf den Speiseplänen stehen, ist es ganz wichtig, nur Innereien von jungen Tieren zu verarbeiten. Die Tiere sollten höchstens zwischen 6 und 8 Monate alt sein, denn dann schmecken die Innereien richtig frisch.



Dazu empfehlen wir ein
Zillertal Schwarzes - Premium Classe
Tiefdunkel, leicht malzaromatisch,
feinhopfig, mit zarter Süße



Gröstl von Lammfilets mit Eierschwammerln

Zutaten *Zubereitung*

12 Stk. Lammfilets
6 Schalotten
50 g Butter
600 g speckige Erdäpfel
50 g Zucchini
50 g Karotten
50 g Staudensellerie
50 g Gelbe Rüben
Olivenöl zum Braten
500 g Eierschwammerl
Salz, Pfeffer
Majoran, Kerbel, Petersilie

Die Schalotten fein hacken und in einer Pfanne mit Butter bei niedriger Hitze goldgelb glacieren. Die Erdäpfel kochen, schälen und in Scheiben schneiden. Zucchini, Karotten, Staudensellerie und Gelbe Rüben putzen und würfelig schneiden. Karotten, Staudensellerie und Gelbe Rüben kurz blanchieren, dann das ganze Gemüse in einer Pfanne in heißem Olivenöl anbraten. Die in Scheiben geschnittenen Erdäpfel ebenfalls in einer Pfanne in heißem Olivenöl anbraten, bis alles zusammen eine schöne Farbe hat. Die Lammfilets zuputzen, marinieren und rosa braten.

Die Eierschwammerl in einer Pfanne in heißem Olivenöl stark rösten, in ein Sieb leeren und gut abtropfen lassen. Dann zusammen mit den goldgelben Schalotten in eine große Pfanne geben, erwärmen und mit den angebratenen Erdäpfeln und dem Gemüse einmal kurz gut durchrösten. Mit Salz und Pfeffer würzen und viel frisch gehackten Majoran, Kerbel und gehackte Petersilie dazugeben. Die Lammfilets auf dem Gröstl anrichten, mit Kräutern garnieren und am besten in der Pfanne servieren.



Dazu empfehlen wir ein
Zillertal Märzen - Edel gereift
Goldgelb, voll im Geschmack,
herbfrisch, süffig



Brat'l vom gerollten Knödel mit geschmorter Lammschulter

Zutaten Zubereitung

Für die Lammschulter

1 kg Lammschulter

Kräuteröl (siehe Grundrezepte Seite 153),

Knoblauch

Olivenöl zum Braten

1 Handvoll Mirepoix

(Karotten, Lauch, Sellerie)

1 EL Stärke

Zillertal Schwarzbier

0,3 l brauner Lammfond
(siehe Grundrezepte Seite 159)

Eierschwammerl

Für die Serviettenknödel

(siehe Grundrezepte Seite 144)

Die Lammschulter vom Fett befreien und den Großteil der Sehnen zuparieren. Mit Kräuteröl und Knoblauch marinieren und diese Marinade 24 Stunden einwirken lassen. Das Fleisch in etwas Olivenöl anbraten, eine Handvoll fein geschnittenes Mirepoix dazugeben und das Ganze so lange rösten, bis es eine schöne Farbe bekommt. Mit dem Schwarzbier ablöschen und mit dem Lammfond aufgießen. Mit Meersalz und Pfeffer würzen und so lange dünsten, bis die Lammschulter weich ist – ca. 1/2 Stunde.

Dann das Fleisch aus dem Bratensaft nehmen, den Saft durch ein feines Sieb passieren und mit etwas Stärke und Schwarzbier abbinden.

Für das Brat'l ausgekühlte Serviettenknödel in 5 mm dicke Scheiben schneiden. In einer heißen Pfanne mit wenig Öl den Knödel und die Lammschulter anbraten, mit den Gewürzen und Kräutern abschmecken und schichtweise mit den geputzten, gebratenen Eierschwammerln am Teller anrichten. Am besten mit einem mit Balsamico-Essig und Olivenöl marinierten Salat servieren.

Dazu empfehlen wir ein

Zillertal Weißbier - Hell mit feiner Hefe

Bernsteinfarben, fruchtig und frisch,
vollmundig und naturtrüb



Köstliche Rezepte mit Rind, Kalb, Schwein, Lamm und Geflügel

Dieses Buch präsentiert erlesene Fleischgerichte von fünf Tiroler Spitzenköchen. Martin Sieberer, Traudi Sigwart, Hannes Hell, Thomas Grander und Hannes Ebster fühlen sich auf innovative Weise der traditionellen Tiroler Küche verpflichtet. Sie haben bei den vorgestellten Gerichten traditionelle Rezepturen mit viel Feingefühl weiterentwickelt und um interessante, neue Geschmacksnuancen erweitert. So einzigartig der Genuss ist, so klar verständlich sind die Rezepte.

Alle diese Gerichte harmonisieren hervorragend mit Bier, deswegen gibt's zu jedem Rezept die passende Bierempfehlung von Zillertal Bier, Tirols ältester Privatbrauerei.



ISBN 978-3-7022-3092-0



9 783702 230920

www.tyrolia-verlag.at